



**São alimentos ou ingredientes que produzem efeitos benéficos à saúde, além de suas funções nutricionais básicas.**

**Caracterizam-se por oferecer vários benefícios à saúde, além do valor nutritivo inerente à**

**sua composição química, podendo desempenhar um papel potencialmente benéfico na REDUÇÃO do risco de DOENÇAS CRÔNICAS degenerativas, como CÂNCER e DIABETES, dentre outras.**

CONSUMO

DE ALIMENTOS FUNCIONAIS

**Para que os benefícios sejam alcançados, o consumo deve ser REGULAR.**



**A indicação fica no maior uso de VEGETAIS, FRUTAS E CEREAIS INTEGRAIS na alimentação regular.**



**Para que os resultados sejam eficazes, siga as INSTRUÇÕES NA ROTULAGEM.**



**Para que esses alimentos funcionem é essencial uma alimentação equilibrada.**



#### CONTATOS

**Mauro Lima dos Santos**  
**Letícia Lourenço da Silva**

Bolsistas PIBEX Jr, Edital n.23, 04/10/2018.  
Curso Técnico em Nutrição e Dietética (CTND).  
Instituto Federal de Minas Gerais (IFMG).  
Av. Primeiro de Junho, n. 1043. Centro.  
São João Evangelista (SJE).

**Suelen Grace Araújo Carvalho**  
Nutricionista. Técnica de Laboratório.  
CTND, IFMG/SJE.

**Cláudia Denise de Paula**  
Docente. Graduação em Engenharia de Alimentos. Universidade de Córdoba. Montería Colômbia.

**Munik Mariana do Rosário Nunes da Cruz**  
Nutricionista. Unidade de Alimentação e Nutrição.  
IFMG/SJE. Tel.: (33) 3412-2943  
E-mail: <uan.sje@ifmg.edu.br>.

**João Tomaz da Silva Borges**  
Docente. CTND, IFMG/SJE.  
Tel.: (33) 3412 2938.



INSTITUTO FEDERAL DE  
EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA  
MINAS GERAIS



**São João Evangelista - MG**  
**2019**